

日本各地にはたくさんの中山間地があります。  
その中に小さく点在する里山では  
自然の中で暮らしていくための  
先人からの生活の知恵が受け継がれています。  
そんな魅力あふれる里山の中から  
岡山県高梁市宇治町、松原町に注目し、  
暮らしの知恵を生活に生かしている  
「生活の達人」のもとを訪れ  
話をお聞きしました。

普段、自然に触れることの少ない方々にも  
この冊子の主人公のソミヤとララの物語を通して  
里山ならではの暮らしの豊かさを感じ  
興味をもっていただければ幸いです。

